

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh antara menikmati musik klasik terhadap kecemasan pada siswa kelas 3 berupa penurunan rerata skor TMAS yang lebih besar pada kelompok eksperimen dan bermakna secara statistik dengan nilai $p=0,01$.

B. Saran

1. Untuk peneliti selanjutnya, perlu dilakukan penelitian dengan durasi perlakuan yang lebih lama sehingga efek terapi musik dapat tercapai secara maksimal.
2. Untuk peneliti selanjutnya, perlu cakupan subyek penelitian yang lebih luas, tidak hanya kelas 3 saja, agar didapatkan data subyek yang lebih heterogen.
3. Untuk peneliti selanjutnya, perlu dilakukan perlakuan dengan menggunakan jenis musik lain sehingga bisa diketahui jika ada jenis musik lain yang memiliki efek serupa.
4. Untuk peneliti selanjutnya, perlu dilakukan monitor lain diluar kuesioner, seperti tekanan darah, frekuensi nafas, ataupun frekuensi denyut jantung untuk membandingkan respon fisik subyek dengan kondisi kecemasannya.